

DRAKKARS SUMMER HOCKEY CAMP 2018

GROUPE 1			GROUPE 2
LUNDI			
8h00 Accueil patinoire de Caen la Mer			
8h30 - 8h45 Distribution des maillots et présentation			
9h15 - 10h30	Glace (Technique Individuel, Test Vitesse)	9h00 - 10h15	Hors Glace (Dryland - Coordination)
10h45 - 12h00	Hors Glace (Dryland - Coordination)	10h45 - 12h00	Glace (Technique Individuel, Test Vitesse)
12h30 - 13h30 REPAS			
13h30 - 14h00	Temps calme	13h30 - 14h15	Temps calme + Quiz NHL
14h30 - 15h45	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)	14h30 - 15h30	Hors Glace (Jeux collectif)
16h00	Goûter	15h30 - 15h45	Goûter
16h15 - 17h30	Hors Glace (Floorball)	16h15 - 17h30	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)
17h45 - 18h00 Douche et Rangement			
18h00 Fin de journée ou départ Internat			
18h30 Repartition des chambres / Régles de vie			
19h00 REPAS			
20h30 COUCHER			

DRAKKARS SUMMER HOCKEY CAMP 2018

GROUPE 1		GROUPE 2			
MARDI					
7h15 LEVER					
7h30 Petit dejeuner					
8H30 Accueil Patinoire					
9h00 - 10h15	Hors Glace (Dryland - Coordination)	9h15 - 10h30	Glace (Technique Individuel)		
10h45 - 12h00	Glace (Technique Individuel)	10h45 - 12h00	Hors Glace (Dryland - Coordination)		
12h30 - 13h30 REPAS					
13h30 - 14h15	Temps calme + Quizz NHL	13h30 - 14h00	Temps calme		
14h30 - 15h30	Hors Glace (Jeux collectif)	14h30 - 15h45	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)		
15h30 - 15h45	Goûter	16h00	Goûter		
16h15 - 17h30	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)	16h15 - 17h30	Hors Glace (Floorball)		
17h45 - 18h00 Douche et rangement					
18h15 Fin de journée ou départ Internat					
19h00 REPAS					
20h30 COUCHER					

DRAKKARS SUMMER HOCKEY CAMP 2018

GROUPE 1		GROUPE 2	
MERCREDI			
		7h15 LEVER	
		7h30 Petit dejeuner	
		8H30 Accueil Patinoire	
9h15 - 10h30	Hors Glace (Vitesse , Temps de réaction)	9h00 - 10h15	Glace (Duel 1/1 - 2/2 - 2/2)
10h45 - 12h00	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)	10h45 - 12h00	Hors Glace (Vitesse , Temps de réaction)
12h30 - 13h30 REPAS			
13h30 - 14h15 Temps calme			
14h30 - 15h00	QCM Arbitrage (Tom Leonard)	14h30 - 15h30	Hors Glace (Jeux collectif)
15h15 - 17h15	Piscine	15h30 - 15h45	Goûter
17h15 - 17h30	Goûter	16h15 - 17h15	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)
		17h15 - 17h30	Test Shoot Radar
17h30 - 18h00 Douche Rangement			
18h00 Fin de journée ou départ Internat			
19h00 REPAS			
20h00 - 21h15 Soirée Défi			
21h15 - 21h30 Temps libre			
21h45 Coucher			

DRAKKARS SUMMER HOCKEY CAMP 2018

GROUPE 1		GROUPE 2			
JEUDI					
7h15 LEVER					
7h30 Petit dejeuner					
8H30 Accueil Patinoire					
9h00 - 10h15	Hors Glace (Vitesse , Temps de réaction)	9h15 - 10h30	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)		
10h45 - 12h00	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)	10h45 - 12h00	Hors Glace (Vitesse , Temps de réaction)		
12h30 - 13h15 REPAS					
13h15 - 14h15 Echange avec ROBBY GLANTZ (analyse, vidéo)					
14h30 - 15h30	Hors Glace (Jeux collectif)	14h30 - 15h00	QCM Arbitrage (Tom Leonard)		
15h30 - 15h45	Goûter	15h15 - 17h15	Piscine		
16h15 - 17h15	Glace (Duel 1/1 - 2/2 - 2/2)	17h15 - 17h30	Goûter		
17h15 - 17h30	Test Shoot Radar				
17h30 - 18h00 Douche et rangement					
18h05 Fin de journée et départ internat					
19h00 Repas					
20h00 - 20h30 Préparation des bagages et rangement					
21h15 - 21h30 Temps libre					
21h45 Coucher					

DRAKKARS SUMMER HOCKEY CAMP 2018

GROUPE 1			GROUPE 2
VENDREDI			
		7h15 LEVER	
		7h30 Petit dejeuner	
		8H30 Accueil Patinoire	
9h15 - 10h30	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)	9h00 - 10h15	Hors Glace (Floorball)
10h45 - 12h00	Hors Glace (Floorball)	10h45 - 12h00	Glace ROBBY GLANTZ (Power skating)
		12h30 - 13h30 Repas	
		13h30 - 14h15 Temps calme	
		14h30 - 15h30 Sports collectif	
16h00 - 17h15 Tournoi Glace 3/3			
		17h15 - 17h45 Douche / Rangement	
		17h45 Remise des trophée et diplômes	
		18h00 Verre de l'amitié	